

# **PENGUNAAN MODEL PEMBELAJARAN 4 ON 4 UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 2 CAMBA KABUPATEN MAROS**

*Oleh : Ikhsan Haris*

*(Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, Tahun 2019)*

## **ABSTRAK**

**Ikhsan Haris, 2019.** Penggunaan Model Pembelajaran 4 on 4 Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, (dibimbing oleh Hj.Hasmyati dan H.Andi Suyuti).

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang menggunakan rancangan penelitian " Penelitian tindakan kelas ( *Classroom Action Research* )". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; untuk mengetahui permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Populasinya adalah keseluruhan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. Sampel yang digunakan adalah siswa X IS 2 sebanyak 31 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; siklus II sebanyak 22 siswa atau 70,97% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I 8 siswa atau 25,81%, dan siklus II sebanyak 9 siswa atau 29,03% belum tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I, 23 siswa atau 74,19%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu 70% siswa mempunyai ketuntasan belajar minimal pada kategori tuntas belajar. Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah melalui permainan 4 on 4.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.. Pendidikan jasmani ini karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruh aspek dan jiwa kehidupan seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain pendidikan; psikomotor, kognitif dan afektif.

Menurut Fuad Ihsan (2008: 1), pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam masyarakat dan kebudayaan.

Usaha-usaha yang dilakukan untuk menanamkan nilai-nilai dan norma-norma tersebut serta mewariskannya kepada generasi berikutnya untuk dikembangkan dalam hidup dan kehidupan yang terjadi dalam suatu proses pendidikan. Sedangkan di dalam GBHN tahun 1973 yang dikutip oleh (Fuad Ihsan, 2003: 5), “pendidikan pada hakekatnya adalah usaha sadar untuk

mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup”. Tujuan utama dalam pendidikan adalah mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Perkembangan individu secara menyeluruh berarti individu tersebut dapat berkembang pada aspek fisik, mental sosial , emosional dan spiritualnya secara baik.

Berdasarkan pada kebutuhan tersebut, pendidikan jasmani olahraga terdapat aspek kognitif dan afektif. Sehingga pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikembangkan di lingkup satuan pendidikan sehingga dapat mengembangkan peserta didik yang ada. Sutomo, dkk (2007: 37) mengatakan, sekolah memiliki misi mendidik siswanya agar dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, meningkatkan pengetahuan dan hubungan timbal balik dengan masyarakat. Pada sekolah terkandung tugas untuk mengoptimalkan kemampuan siswa secara teoritis maupun praktik agar mereka dapat survive di era globalisasi dengan memanfaatkan peluang dan usaha atau keterampilan praktis yang dimilikinya sebagai hasil pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar

sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui fisik, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan siswa untuk melakukan pola hidup sehat.

Cabang olahraga yang menjadi salah satu materi yang diajarkan di Sekolah Menengah Atas adalah bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat di Indonesia, baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini tidak membutuhkan biaya yang terlalu banyak, sarana dan prasaranya pun mudah didapatkan. Banyak masyarakat yang menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat yang ingin mempelajari permainan bolavoli ini secara lebih jauh. Sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavoli dengan teknik-teknik yang benar.

Menurut Arif Syarifuddin dan Muhadi (1992: 187-193) dalam pembelajaran bolavoli sendiri terdapat beberapa teknik dasar yaitu: (1) *Servis* terdiri dari *servis* bawah dan *servis* atas, (2) *Passing* terdiri dari *passing* bawah dan *passing* atas, (3) *Smash*, (4) *Block*.

Dari keempat teknik dasar diatas *passing* merupakan salah satu teknik yang penting dan fundamental dalam permainan bolavoli. Bagi para pemula selain *servis*, *passing* bawah sangat

menentukan jalannya permainan pada bolavoli, oleh karena itu untuk pembelajaran bolavoli di sekolah *passing* bawah adalah teknik terpenting yang harus dipelajari dan di kuasai dengan baik oleh peserta didik. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros, dengan melakukan wawancara dan diskusi dengan salah satu guru penjas, diperoleh informasi bahwa di SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas masih kurang, dimana siswa lebih suka duduk-duduk atau bergurau sendiri, pada saat jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya *passing* bawah bolavoli. Hanya beberapa siswa yang benar benar mengikuti pelajaran penjas dengan baik dan sungguh-sungguh. Selain itu juga diperoleh data bahwa nilai bolavoli khususnya *passing* bawah pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros masih rendah dan masih banyak yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut yaitu 73. Sebagai guru penjas untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga

dengan Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditentukan dapat terpenuhi.

Oleh karena itu diperlukan Model baru yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah Bolavoli. Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjas itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal pada siswa, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas.

Sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik siswa SMA khususnya kelas X. Sehingga apa salahnya guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, siswa tidak hanya bermain saja tapi juga belajar. Oleh karena itu perlunya model pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah model pembelajaran *passing* bawah bolavoli menggunakan permainan *4 on 4*. Dimana dengan permainan ini selain bertujuan untuk

meningkatkan motivasi atau minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di sekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat siswa tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah Bolavoli. Sehingga dengan diterapkannya modifikasi permainan tersebut dalam pembelajaran dapat menciptakan proses belajar mengajar yang menyenangkan dan tercapainya tujuan dari pembelajaran tersebut. Permainan *4 on 4* merupakan suatu modifikasi permainan bolavoli yang diciptakan untuk menarik minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas dan juga dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bolavoli.

Dari latar belakang masalah di atas maka peneliti ingin mengadakan penelitian tentang pembelajaran Bolavoli yang berjudul **“PENGUNAAN MODEL PEMBELAJARAN 4 ON 4 UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 2 CAMBA KABUPATEN MAROS”**.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57). Pada umumnya keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu, Istilah keterampilan juga diartikan sebagai perbuatan atau suatu tingkat kemahiran. Sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pada hakikatnya seluruh tugas dalam kehidupan sehari-hari senantiasa melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan itu baru dapat diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau

pelatihan (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57-59).

Menurut Schmid (1991: 78), yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha (2000: 68) keterampilan digolongkan menjadi dua, yaitu (1) keterampilan cenderung ke gerak, penentu utama dari keberhasilannya adalah kualitas dari gerakannya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih, misalnya dalam olahraga lompat tinggi, si pelompat tidak perlu memperhitungkan kapan dan bagaimana harus bertindak melompati mistar, tetapi yang dilakukan adalah melompat setinggi dan seefektif mungkin, sedangkan dalam keterampilan kognitif hakekat dari gerak tidak penting, tetapi keputusan gerak apa dan mana yang harus dibuat merupakan hal penting.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000:70) pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal, yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor Pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Faktor proses belajar (*learning proses*). Dalam pembelajaran gerak, proses yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan manfaatnya. Faktor pribadi (*personal faktor*) setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental, maupun kemampuannya. Faktor situasional (*situasional faktor*) yang termasuk ke dalam situasional itu antara lain, tipe tugas yang diberikan, peralatan

yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran itu berlangsung. Keterampilan dasar secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu: (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor, dan (3) keterampilan manipulatif (Sudrajat Prawirasaputra, 2000: 19). Keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ketempat yang lain, contohnya: gerakan melangkah, jalan jari, lompat dan loncat.

Keterampilan dasar dominan jenis lokomotor ini harus di dukung oleh kekuatan, kecepatan, dan bahkan power seperti untuk gerakan melompat. Keterampilan jenis non lokomotor adalah jenis keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tangan tetap berpegangan pada pegangan. Contohnya : berdiri tegak dengan satu kaki diangkat, keterampilan dasar ini termasuk keterampilan keseimbangan (*balance*).

Keterampilan manipulatif adalah keterampilan anggota badan, tangan dan kaki, untuk mengontrol bola. Contohnya: Menyepak

bola dengan kaki. Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan adalah derajat keberhasilan seseorang dalam melakukan gerakan baik kognitif, lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif.

## **2. Hakikat Permainan Bolavoli**

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 di kota Halyoke. Dia seorang guru pendidikan jasmani pada *Young Men Christian Association* (YMCA). Pembelajaran bolavoli disamping dapat meningkatkan pengetahuan siswa juga dapat menambah keterampilan. Permainan bolavoli sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar. Bolavoli adalah permainan diatas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjang 1800 cm dibatasi oleh garis-garis selebar 5 cm, di tengah-tengahnya dipasang jaring yang lebarnya 900 cm, terbentang kuat dan mendaki sampai 243 cm (khusus untuk putera) dan untuk puteri 224 cm.

(Bonnie Robinson, 1997:12) Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan anak-anak dan dewasa baik wanita maupun pria. Permainan bolavoli pada dasarnya berpegangan pada dua prinsip ialah teknik dan psikis. Prinsip teknik

dimaksud pemain *passing* bola dengan bagian pinggang keatas, hilir mudik ke udara lewat di atas net agar dapat menjauhkan bola di lapangan lawan secepatnya untuk mencari kemenangan secara sportif. Prinsip psikis adalah bermain dengan senang dan kerjasama yang baik (Suharno HP, 1981: 1-2). Permainan bolavoli adalah bentuk permainan yang termasuk dalam “cabang olahraga permainan”. Voli adalah pukulan langsung atau tidak langsung di udara sebelum bola jatuh ke tanah. Permainan bolavoli dimainkan dua regu yang masing-masing terdiri dari enam orang pemain. Setiap regu yang berusaha untuk melewati di atas jaring atau net dan mencegah lawan dapat memukul bola dan menjatuhkan ke dalam lapangan ( Arif Syairifudin dan Muhadi, 1991: 103).

Menurut Suhadi (2004: 7) “ teknik dasar permainan bolavoli meliputi servis menerima servis, *passing*, umpan, pukulan serangan dan *blocking*”. Jadi, teknik tersebut harus diajarkan dan dikenalkan kepada siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan Bolavoli adalah permainan di atas lapangan segi empat dengan lebar 9 meter dan panjang 18 meter. Bola dimainkan dengan menggunakan cara memvoli bola di udara dan

melewatkan bola diatas jala dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lawan untuk menang.

### **3. Hakikat Teknik Permainan Bolavoli**

Menurut Suharno HP (1984: 1), permainan bolavoli adalah cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu berjumlah enam orang pemain dan di setiap lapangan dipisah oleh net. Pantulan bola yang dimainkan boleh menggunakan seluruh anggota badan. Maksud dan tujuan dari permainan ini adalah menjatuhkan bola di lapangan lawan melewati atas net dengan syarat pantulan sempurna dan bersih sesuai dengan peraturan. Permainan dimulai dengan pukulan bola servis. Bola harus dipukul dengan satu tangan ke arah lapangan lawan melewati net. Setiap regu dapat memainkan bola tiga kali pukulan untuk dikembalikan (kecuali pukulan pada saat membendung). Nilai permainan bolavoli hanya regu yang menang satu reli permainan memperoleh satu angka. Hingga salah satu regu menang dalam pertandingan dengan terlebih dahulu mengumpulkan minimal dua puluh lima angka dan untuk set penentuan lima belas angka.

Menurut M.Yunus (1992: 68), teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu

untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan-peraturan yang berlaku dalam voli untuk mencapai hasil yang optimal. Untuk meningkatkan prestasi bolavoli, teknik ini erat hubungannya dengan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu agar dapat meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli. Penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menang atau kalahnya satu regu dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Penguasaan teknik dasar merupakan hal terpenting dalam suatu cabang olahraga, karena keberhasilan dalam melakukan teknik dasar akan menentukan keberhasilan dalam suatu cabang olahraga.

Seperti yang dikemukakan Suharno HP (1984: 12), dalam mempertinggi bermain bolavoli, teknik dasar harus dipelajari terlebih dahulu karena teknik dasar merupakan pondasi dari proses gerak yang mampu meningkatkan keterampilan gerak yang bermutu tinggi, serta untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli dan juga merupakan salah satu unsur untuk yang menentukan menang atau kalah suatu regu dalam pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Menurut Suharno HP (1984: 11), syarat penting dalam penguasaan teknik dasar Bolavoli mengingat hal-hal sebagai berikut:

a Hukuman terhadap pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan dalam melakukan teknik.

- b Karena terpisahnya tempat antara regu yang satu dengan lainnya, sehingga tidak ada terjadinya adanya sentuhan badan dari permainan lawan, maka pengawasan wasit terhadap kesalahan teknik ini lebih seksama.
- c Banyaknya unsur-unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik antara lain: membawa bola, mendorong bola, mengangkat bola, pukulan rangkap dan bola tertahan.
- d Permainan Bolavoli adalah permainan bola cepat, artinya waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, sehingga teknik yang tidak sempurna mengakibatkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar. Penggunaan teknik-teknik yang tinggi hanya dimungkinkan kalau penguasaan teknik dasar dan tinggi dalam permainan Bolavoli sudah cukup sempurna.

Berdasarkan syarat penguasaan teknik dasar Bolavoli, maka teknik-teknik dasar permainan Bolavoli dapat dibedakan menjadi berikut:

#### a. *Servis*

Menurut M.Yunus (1992: 69), *servis* merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kegunaan permainan, teknik saat ini hanya sebagai pembukaan permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut teknik sudah merupakan serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007: 20), *servis* adalah pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan *servis* dilakukan pada permulaan dan setiap terjadinya kesalahan. Karena pukulan *servis* sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan *servis* harus menyakinkan, terarah, keras dan menyakitkan lawan.



## **b. *Passing***

*Passing* adalah upaya seseorang pemain yang menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman satu regu untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22). Dalam permainan Bolavoli, *Passing* dapat dilakukan dengan cara *Passing* bawah dan *Passing* atas. Menurut M.Yunus (1993: 79), *Passing* adalah mengumpangkan bola teman sendiri dalam satu regu dengan teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun serangan ke regu lawan. Berdasarkan pada macam-macam teknik dasar *passing* dalam permainan bolavoli, maka teknik *passing* dibedakan menjadi teknik *passing* atas dan *passing* bawah.

### **1) *Passing* atas**

Cara melakukan *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutu ditekuk sedikit sehingga di muka setinggi bahu. Sudut antara siku dengan badan kurang lebih 45 derajat. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.

### **2) *Passing* bawah**

Menurut Barbara L. Viera (2004: 19), *Passing* bawah atau operan lengan bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang harus dipelajari, operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang *servis*. Operan ini digunakan untuk menerima *servis*, *spike*, memukul bola setinggi pinggang bawah dan memukul bola yang terpantul di net". *Passing* bawah ini merupakan teknik dalam permainan bolavoli yang mempunyai banyak fungsi dan kegunaan.

Menurut Nurul Ahmadi (2007: 23), memainkan bola dengan lengan bagian bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting. *Passing* bawah merupakan teknik pada permainan bolavoli yang sangat mendasar, *passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* bawah dilakukan dengan cara memukul bola dari bawah pada perkenaan pada lengan.

*Passing* bawah menurut Nurul Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari *passing* bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola *servis*, menerima bola smash atau serangan dari lawan,

untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba. Menurut Herry Koesyanto (2003: 26), dalam melakukan *passing* bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. *Passing* bawah satu tangan biasanya dipergunakan apabila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Bentuk-bentuk melakukan *passing* bawah antara lain:

- a) Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam
- b) Punggung tangan dengan jari-jari terbuka
- c) Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam

Sedangkan *passing* bawah dengan dua tangan ada beberapa bentuk sikap tangan sebelum melakukan *passing* bawah dua tangan antara lain:

- 1) *The Dig (Clenched First Method)* yaitu kedua ibu jari sejajar dan jari-jari tangan yang satu membungkus jari tangan lainnya, ini asalnya dari Amerika, Bentuk ini sering digunakan bagi pemain yang sudah tinggi kemampuan *passing* bawahnya, Karena lebih fleksibel apabila menerima bola dari arah manapun.

- 2) Mengemis (*Thumb Over Palm Method*) yaitu kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit ibu jari. Perkenaan bola diatas pergelangan tangan (bagian proksimal) bentuk ini lebih tepatnya bagi pemula karena untuk mempermudah mengantisipasi bola pada bidang perkenaan.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) teknik *passing* bawah terdiri dari bebreapa tahapan, antara lain:

a) Persiapan

- (1) Bergerak kearah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- (2) Genggam jemari tangan
- (3) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
- (4) Teknik lutut tahan tubuh dalam posisi rendah
- (5) Bentuk landasan dengan lengan
- (6) Sikut terkunci
- (7) Lengan sejajar dengan paha
- (8) Pinggung lurus
- (9) Pandangan kearah bola

b) Pelaksanaan

- (1) Terima bola didepan badan
- (2) Kaki sedikit diulurkan

- (3) Berat badan dialihkan kedepan
  - (4) Pukulan bola jauh dari badan
  - (5) Pinggul bergerak kedepan
  - (6) Perhatikan Bola saat menyentuh lengan.
- Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.

#### c) Gerakan Lanjutan

- (1) Jari tangan tetap digenggam
- (2) Siku tetap terkunci
- (3) Landasan mengikuti bola kesasaran
- (4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- (5) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran

#### c. Umpan (*set up*)

Menurut M.Yunus (1992: 101) umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat diserang ke daerah lawan dalam bentuk *smash*.

#### d. *Smash*

Dengan membentuk serangan pukulan yang keras waktu bola berada diatas jaring, untuk dimasukkan ke daerah lawan. Untuk melakukan dengan baik perlu memperhatikan faktor-faktor berikut: awalan, tolakan, pukulan, dan pendaratan. Muhajir (2006: 23) teknik *smash* dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai “cara memainkan

bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

M.Mariyanto (2006:128) mengatakan bahwa *Smash* adalah suatu pukulan yang kuat dimana tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada diatas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah. Iwan kristianto (2003: 143) mengatakan bahwa: “*Smash* adalah pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan, dan *spike* adalah merupakan bentuk serangan yang paling banyak digunakan untuk menyerang dalam upaya memperoleh nilai suatu tim dalam permainan voli.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Teknik *Smash* atau *spike* adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai pukulan keras yang biasanya mematikan ke daerah lawan. Tes *smash* Menurut Sandika mengemukakan bahwa tes *Smash* adalah tolak ukur untuk mengukur kemampuan *smash*.

#### e. Bendungan (*block*)

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan (M. Yunus, 1992: 119). Menang atau kalah pada pertandingan Bolavoli sesungguhnya tergantung pada baik tidaknya *Basic Skill* atau kemampuan dasar pemain itu sendiri. *Basic Skill block* atau pertahanan merupakan inti dari seluruh pertahanan. Hanya dengan pertahanan

yang kuat pemain dapat melindungi pukulan-pukulan *smash* lawan.

## **5. Pengertian Permainan 4 on 4**

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak-anak untuk memperoleh kesenangan sebagai hiburan, sedangkan kegiatan orang dewasa dikategorikan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang. W.R.Smith (dalam Soemitro, 1992: 2) mengatakan, bermain adalah dorongan langsung dari dalam dari setiap individu, yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan, sedangkan bagi orang dewasa lebih dirasakan sebagai kegemaran.

Bermain mempunyai keterkaitan dengan pendidikan. Keterkaitan itu salah satunya adalah makna bermain dalam pendidikan. Menurut Sukintaka (1992: 7), Makna bermain dalam pendidikan sebagai berikut:

- a. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang.
- b. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.
- c. Bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, kadang-kadang memerlukan kerja sama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

Jadi bermain juga mengandung unsur pendidikan dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan sesuatu tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya dapat berkerja sama, melatih kejujuran dan meningkatkan jiwa sosial. Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan adalah bagian dari kehidupan anak dan aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan, namun bisa ditandai pencarian menangkalah.

Dalam penelitian ini peneliti ingin meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan model pembelajaran permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan passing bawah Bolavoli siswa kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros.

Untuk lebih jelasnya permainan 4 on 4 dapat dijelaskan sebagai berikut:

### **a. Pengertian 4 on 4**

4 on 4 merupakan permainan Bolavoli yang dimodifikasi sedemikian rupa dari jumlah pemain, ukuran lapangan, dan tinggi net, dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan *passing* bawah bolavoli. Selain itu juga agar siswa lebih aktif bergerak sehingga anak

merasa gembira dan tertarik untuk melakukan teknik yang paling mendasar dalam permainan Bolavoli ini.

#### **b. Klasifikasi umur, anggota regu, luas lapangan dan tinggi net**

Menurut Horst Baacke dalam Coaches Manual I, (1980: 90) yang dikutip oleh (M. Yunus, Olahraga pilahan Bolavoli, 1992: 189), jumlah regu, ukuran lapangan dan ketinggian net untuk berbagai tingkat umur di klasifikasian seperti berikut:

**Tabel 2.1 Klasifikasi Tingkat Umur**

Umur	10-13 Tahun	14-16 Tahun	15-17 tahun
Regu	2 vs 2	3 vs 3	4 vs 4
Lapangan	3x 9 m 4,5 x 9 m	6 x 9 m 6 x 12 m	8 x 12 m 9 x 12
Net	210 ± 5 cm	210 ± 5 cm	220 ± 5 cm

Sesuai dengan karakteristik umur siswa SMA kelas XI yang rata-rata berkisar antara 14-17 tahun, pedoman ukuran lapangan dan ketinggian net yang digunakan untuk permainan *4 on 4* pada Bolavoli.

- 1) Panjang lapangan : 9 m
- 2) Lebar lapangan : 6 m
- 3) Tinggi net putri : 210 cm = 2,10 m
- 4) Tinggi net putra ; 215 cm = 2,15 m

#### **c. Peraturan permainan *4 on 4* Bolavoli**

Permainan *4 on 4* dalam bolavoli ini merupakan permainan modifikasi sehingga ukuran lapangan, untuk peraturan permainannya juga mengalami perubahan sebagai berikut.

##### **1) Angka, set dan memenangkan pertandingan**

- a) Mendapatkan angka Perhitungan angka dengan sistem rally point. Tim yang memenangkan setiap rally point maka memperoleh point 1.
- b) Memenangkan satu set Untuk permainan *4 on 4* bolavoli ini permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 angka (26-24, 27- 25, dst).
- c) Memenangkan satu pertandingan Adalah apabila satu regu yang dapat memenangkan satu set . Permainan ini ditetapkan dalam pembelajaran sehingga hanya dimainkan dengan 1 kali kemenangan karena keterbatasan waktu atau dapat disesuaikan dengan waktu yang tersedia.

##### **2) Memainkan bola**

- a) Setiap regu diperkenankan terlebih dahulu memantulkan bola maksimal 3x sebelum mengembalikan bola melewati atas net.
- b) Seorang pemain boleh memantulkan bola 1x.

c) Pemain dapat melakukan sentuhan bola hanya dengan menggunakan *passing* bawah.

### 3) Servis

Menurut PBVSI (2005: 33), “*servis* adalah suatu upaya untuk mendapatkan bola kedalam permainan oleh pemain kanan belakang yang berada di daerah *servis* (posisi 1)”. Teknik yang digunakan adalah dengan cara mengayunkan lengan dari bawah untuk memukul bola. Dalam permainan ini menggunakan *servis* bawah. Bola dinyatakan dalam permainan apabila bola telah dipukul dan melewati net. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai dan jika bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola.

Dalam permainan *4 on 4* ini tim yang memenangkan sebuah rally point memperoleh satu angka (rally point system). Setiap tim yang memenangkan rally point, pemain melakukan rotasi untuk melakukan servis. Tidak ada pemain yang melakukan servis 2x berturut-turut.

### 4) Pukulan / serangan

Dalam permainan ini hanya diperbolehkan menggunakan *passing* bawah dalam mengumpan/ mengoper bola. Apabila salah satu dari anggota tim menggunakan

teknik selain *passing* bawah maka bola dinyatakan “mati” dan poin di dapatkan tim lawan.

## 6. Karakteristik Siswa SMA

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, guru merupakan salah satu faktor penentu berhasil atau tidaknya suatu pendidikan di suatu sekolah. Untuk menentukan pembelajaran yang tepat maupun bahan ajar yang berguna bagi siswa, guru pendidikan jasmani mengetahui karakteristik anak. Kemampuan atau karakteristik siswa SMA yang setara dengan siswa kelas X dan XI menurut Sukintaka (1992: 45-46) adalah sebagai berikut:

### a. Karakteristik Jasmani

- 1) Kekuatan dan daya tahan otot berkembang dengan baik
- 2) Senang kepada keterampilan yang baik bahkan mengarah kepada akrobatik
- 3) Anak laki-laki keadaan jasmaninya sudah cukup matang
- 4) Anak putri proporsi tubuhnya makin menjadi baik
- 5) Mampu menggunakan energi dengan baik.

### b. Karakter Psikis

- 1) Banyak memikirkan dirinya sendiri.
- 2) Mental menjadi stabil dan matang
- 3) Membutuhkan berbagai pengalaman dari berbagai segi

### **c. Karakter Sosial**

- 1) Sadar dan peka terhadap lawan jenis
- 2) Lebih bebas
- 3) Berusaha lepas dari lindungan orang dewasa atau pendidik
- 4) Senang dengan masalah perkembangan sosial
- 5) Senang dengan kebebasan diri dan berpetualang

### **B. Hipotesis**

Untuk dapat bermain bolavoli secara baik terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini, antara lain teknik *servis*, *passing*, *smash*. Tanpa penguasaan teknik dasar tersebut tidak bermain secara baik pula. Banyak sekali faktor yang mempengaruhi keberhasilan diantaranya kondisi fisik, mental, taktik dalam bermain bolavoli, banyak latihan, dan sebagainya. Pada intinya penguasaan teknik atau keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dilatih atau dipelajari dengan persyaratan tertentu, salah satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan tersebut dilakukan secara terus-menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pembelajaran *passing* bawah di sekolah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan atau materi tentang *passing* bawah secara rinci dan terprogram pada siswa. Pemberian materi juga harus

memperhatikan siapa yang akan diberikan materi tersebut, karena tiap jenjang pendidikan memiliki karakter yang berbeda pada siswanya.

Dengan melihat karakteristik siswa SMA maka seorang guru penjas harus pandai-pandai membuat inovasi atau variasi model pembelajaran yang dapat menarik minat siswa untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk bisa mengikuti pembelajaran yang baik harus didasari dengan suka terlebih dahulu, karena apabila siswa sudah tidak suka terhadap model pembelajaran yang diberikan oleh guru maka siswa akan malas atau merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan pemahaman diatas, maka sebagai guru harus mampu menciptakan suatu model pembelajaran yang menyenangkan seperti permainan

Untuk dapat bermain Bolavoli secara baik terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini, antara lain teknik *servis*, *passing*, *smash*. Tanpa penguasaan teknik dasar tersebut tidak bermain secara baik pula. Banyak sekali faktor yang mempengaruhi keberhasilan diantaranya kondisi fisik, mental, taktik dalam bermain bolavoli, banyak latihan, dan sebagainya.

Pada intinya penguasaan teknik atau keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila

dilatih atau dipelajari dengan persyaratan tertentu, salah satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan tersebut dilakukan secara terus-menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pembelajaran *passing* bawah di sekolah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan atau materi tentang *passing* bawah secara rinci dan terprogram pada siswa. Pemberian materi juga harus memperhatikan siapa yang akan diberikan materi tersebut, karena tiap jenjang pendidikan memiliki karakter yang berbeda pada siswanya. Dengan melihat karakteristik siswa SMA maka seorang guru penjasorkes harus pandai-pandai membuat inovasi atau variasi model pembelajaran yang dapat menarik minat siswa untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk bisa mengikuti pembelajaran yang baik harus didasari dengan suka terlebih dahulu, karena apabila siswa sudah tidak suka terhadap model pembelajaran yang diberikan oleh guru maka siswa akan malas atau merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan pemahaman diatas, maka sebagai guru harus mampu menciptakan suatu model pembelajaran yang menyenangkan seperti permainan *4 on 4* Bolavoli sehingga siswa tidak merasa bosan dan dapat mengikuti pembelajaran

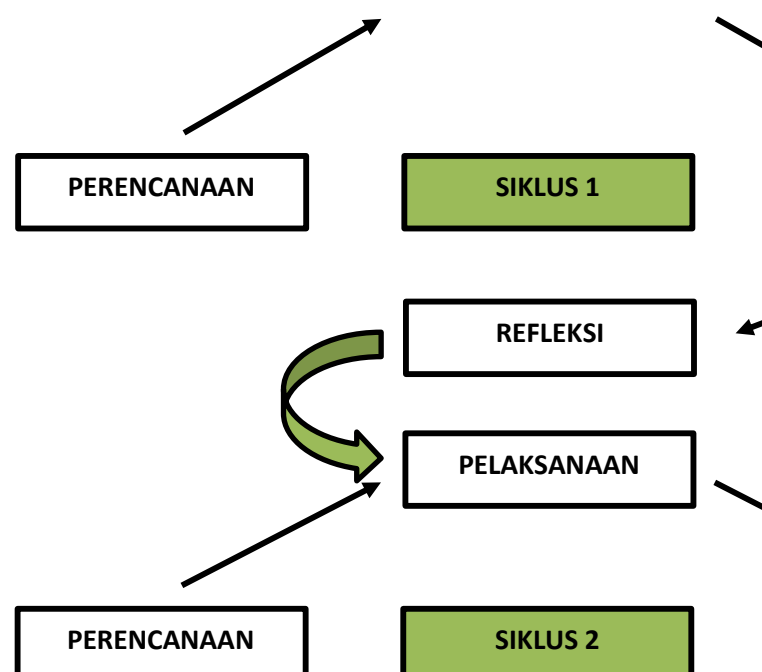
dengan baik. Begitu juga dalam pembelajaran *passing* bawah, seorang guru harus bisa menciptakan model pembelajaran.

## M METODE PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas ( *Classroom Action Research* ). Menurut Hopkins yang dikutip oleh Mansur Mustich (2011: 8) “Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat refelktif, yang dilakukan oleh pelaku tindakan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakannya dalam melaksanakan tugas dan memperdalam pemahaman terhadap kondisi dalam praktik pembelajaran”.

kelas bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah.





menjadi bagian dari permainan Bolavoli ini.

#### PENGAMATAN

#### C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, sedangkan sampel sebagai atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2008: 108) Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. Sedangkan sampel penelitian ini meliputi siswa kelas X IS 2 yang berjumlah 31 siswa di SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. Dengan jumlah populasi tersebut, maka sekaligus dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini.

#### D. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian tindakan kelas ini terdapat 2 siklus dan setiap siklusnya terdiri dari 2 pertemuan, dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan/ perlakuan, observasi/ pengamatan, dan refleksi. Kedua siklus ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan keterampilan *passing* bawah Bolavoli dengan menggunakan model pembelajaran permainan *4 on 4*. Dari keempat tahap tersebut di atas akan diterangkan secara rinci sebagai berikut.

##### 1. Perencanaan

## B. Definisi Operasional Variabel

### 1. *Passing* Bawah

25

*Passing* bawah menurut Nurul Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari *passing* bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola *servis*, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba.

### 2. Permainan *4 on 4*

*4 on 4* merupakan permainan bolavoli yang dimodifikasi dari jumlah pemain, ukuran lapangan, dan tinggi net, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah Bolavoli. Selain itu juga agar siswa lebih aktif bergerak sehingga anak merasa gembira dan tertarik untuk melakukan teknik yang paling

#### REFLEKSI

Dalam tahap ini peneliti mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam penelitian, antara lain sebagai berikut:

- a. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- b. Menyiapkan segala peralatan yang dibutuhkan dalam penelitian
- c. Mempersiapkan lembar observasi.

## **2. Tindakan**

Dalam tahap ini peneliti melakukan tindakan/ perlakuan yang akan dilakukan dalam proses penelitian yang sudah direncanakan sebelumnya menuju kegiatan inti yaitu pemberian materi permainan *4 on 4*, peneliti melakukan kegiatan sebagai berikut:

### **a. Pendahuluan**

- 1) Siswa dibariskan dan dihitung
- 2) Berdo'a bersama
- 3) Siswa dipersensi
- 4) Pemanasan
  - a) Lari keliling lapangan voli
  - b) Streching statis dan dinamis

### **b. Kegiatan Inti**

- 1) Guru menjelaskan pengertian dan kegunaan *passing* bawah  
*Passing* bawah merupakan suatu cara yang

digunakan untuk menerimas *servis*, menerima *smash* dan memukul bola yang jatuh.

- 2) Guru menjelaskan dan memperagakan tahapan-tahapan melakukan teknik *passing* bawah yang benar.

#### **a) Tahapan persiapan**

Tubuh bergerak kearah bola dengan posisi kedua kaki merenggang, tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah, genggam jari tangan, bentuk landasan dengan lengan, ibu jari sejajar siku terkunci, lengan sejajar dengan paha, punggung lurus, mata mengikuti arah bola.

#### **b) Tahapan Pelaksanaan**

Menerima bola di depan badan, sedikit mengulurkan kaki, siku tidak ditekuk, berat badan dialihkan ke depan, pukul bola jauh dari badan, pinggul bergerak ke depan, perhatikan bola pada saat menyentuh tangan.

#### **c) Gerakan lanjutan**

Jari tangan tetap digenggam, siku tetap terkunci, lengan lurus sejajar dengan bahu, pindahkan berat badan kearah sasaran, perhatikan bola bergerak ke sasaran.

- 3) Setelah siswa mengerti dengan penjelasan yang diberikan oleh guru, siswa diberi kesempatan

mencoba melakukan *passing* bawah secara bayangan tanpa bola.

4) Selanjutnya siswa melakukan *passing* bawah yang diterapkan dalam sebuah permainan yaitu permainan *4 on 4*.

#### a) Gambar Permainan

Permainan *4 on 4* merupakan modifikasi permainan bolavoli yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dalam melakukan *passing* bawah dengan menggunakan permainan *4 on 4* bolavoli. Di dalam permainan ini jumlah pemain hanya 4 orang dalam setiap tim. Siswa yang belum mendapat giliran melakukan permainan maka siswa tersebut bertindak sebagai wasit. Dengan begitu banyak siswa yang hanya diam tanpa melakukan aktivitas apapun.

#### b) Pelaksanaan permainan *4 on 4*

Dalam permainan ini menggunakan 2 buah lapangan dengan ukuran masing-masing lapangan 9 x 6 meter yang terdiri dari 2 lapangan voli yang telah ada, dengan jumlah siswa 31 anak putra dan putri dijadikan menjadi satu, siswa putra berjumlah 15 anak dan siswa putri 16 anak, dan dibagi menjadi 8 tim dengan setiap tim di terdiri 2 orang putri 2 putra, setiap tim bermain secara bergantian. Antara yang menjadi pemain dan wasit.

#### c) Peralatan Permainan

(1) Peluit

(2) Net Bolavoli

(3) Tiang dari besi atau bambu

(4) Tali ravia

(5) Stopwatch/ jam tangan

#### d) Aturan Permainan

(1) Setiap tim terdiri dari 4 orang

(2) *Servis* menggunakan *servis bawah*

(3) Pemain dapat melakukan sentuhan / pukulan bola dengan menggunakan *passing bawah*.

(4) Apabila salah satu dari anggota tim menggunakan teknik selain *passing bawah* maka bola dinyatakan “mati” dan poin didapatkan oleh tim lawan.

(5) Setiap tim diperkenankan terlebih dahulu memantulkan bola maksimal 3x sebelum mengembalikan bola melewati atas net, Seorang pemain boleh memantulkan bola 1x.

(6) Bola dinyatakan dalam permainan apabila bola telah dipukul dan melewati net. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola. Dalam permainan *4 on 4* ini tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu point (rely point system).

(7) Tim yang telah melakukan *servis* dan memenangkan rally pemain yang *servis* sebelumnya akan melakukan *servis* lagi, apabila tim penerima memenangkan rally akan berhak mendapat giliran *servis* dan bergerak melakukan rotasi searah jarum jam.

(8) Permainan selesai satu game apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka (26-24) (27-25) dst.set.

(9) Pertandingan berakhir apabila satu tim dapat memenangkan permainan ini diterapkan dalam pembelajaran sehingga hanya dimainkan dengan 1 kali kemenangan karena keterbatasan waktu dan jumlah siswa yang ada.

5) Setelah permainan selesai siswa melakukan test *passing* bawah (disetiap akhir siklus), test *passing* selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* bawah mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan gerak, dan gerak lanjutan, hal tersebut untuk mengetahui apakah peningkatan keterampilan voli *passing* bawah bola dengan menggunakan permainan *4 on 4*.

a) Pendinginan

b) Membariskan Siswa

c) Evaluasi kegiatan

d) Berdo'a untuk mengakhiri kegiatan.

e) Siswa dibubarkan

f) Penutup

### **3. Observasi**

Observasi dilakukan secara cermat, tepat dan rinci atas semua aktivitas siswa selama proses pembelajaran oleh kolaborator. Selain itu juga dilakukan pengisian lembar observasi untuk mengamati siswa.

### **4. Refleksi**

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap refleksi adalah menganalisis jalannya pembelajaran yang telah berlangsung. Peneliti juga menganalisis data yang telah diperoleh dari lembar observasi, dan masukan dari kolaborator. Berdasarkan analisis tersebut kemudian diidentifikasi dan dijadikan bahan masukan. Hal tersebut juga dijadikan acuan untuk menentukan rencana awal pada siklus berikutnya.

### **A. Teknik Pengumpulan Data**

Data yang diperoleh dalam penelitian tindakan kelas ini berupa catatan tentang hasil pengamatan tersebut dikumpulkan melalui pengamatan (data observasi) yaitu pengamatan

proses pembelajaran terhadap siswa yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana sikap dan perilaku siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, dan pengamatan proses pembelajaran terhadap guru yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana guru dalam mengajar.

## **B. Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu: Data dalam penelitian ini berupa data-data dalam bentuk lembar observasi, yaitu pengamatan proses pembelajaran terhadap siswa, pengamatan proses pembelajaran terhadap guru dan siswa.

### **Analisis Data Hasil Belajar Siswa**

#### **a. Tes *passing* bawah 60 detik**

Hasil tes belajar yang dilaksanakan pada akhir permainan di setiap siklus guru mengambil nilai keterampilan *passing* bawah bolavoli menggunakan tes *passing* bawah dimana siswa melakukan *passing* bawah secara individu selama 60 detik. Siswa melakukan tes *passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat di *passing* dalam waktu 1 menit.

Dalam penelitian ini menggunakan tes *passing* bawah untuk siswa berusia 15-17 tahun yang mempunyai tingkat validitas 0,733 dan

reliabilitas 0,758. Tes tersebut bertujuan untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* bawah selama 60 detik. Adapun dalam pelaksanaannya sebagai berikut :

#### **1) Alat dan Perlengkapan**

- a) Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri
- b) Bolavoli
- c) Stopwatch
- d) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 X 4,5 m.
- e) Bangku / box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes yang berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horisontal) dengan tinggi net

#### **2) Petugas Tes**

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

- a) Petugas tes 1
  - (1) Berdiri bebas didekat area peserta tes
  - (2) Menghitung waktu selama 60 detik
  - (3) Memberi aba-aba
- b) Petugas tes 2
  - (1) Berdiri di atas bangku *box*
  - (2) Menghitung *passing* bawah yang benar

#### **3) Pelaksanaan**

a) Peserta tes berdiri ditengah area ukuran 4,5 x 4,5 meter

b) Untuk memulai tes. Bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes, setelah mendengar aba-aba peluit

c) Setelah bola dilambungkan peserta tes melakukan *passing* bawah dengan ketinggian minimal 2,30 meter untuk putra dan untuk putri minimal 2,15 meter

d) Bila peserta gagal melakukan *passing* bawah dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan *passing* bawah kembali

e) Bila kedua kaki peserta diluar area, maka petugas 1 memerintahkan agar peserta tes kembali dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada diluar area tidak dihitung

#### 4) Pencatatan hasil

*Passing* bawah yang dianggap benar dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian bola minimal 2, 30 meter untuk putra dan 2, 15 meter untuk putri dan dilakukan dalam area dalam 60 detik.

Adapun norma penilaiannya terdapat dalam Depdiknas (1999: 16), cara penilaian dimulai dengan tes dan pengukuran dilapangan sesuai dengan petunjuk pelaksanaan dan teknis, hasil yang

diperoleh kemudian dimasukkan dan disesuaikan dengan tabel nilai tes berikut:

**Tabel 3.1 Nilai tes *passing* bawah**

NO	NILAI		HASIL
	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	
1	47 < X	1 45 < X	5
2	40-46	37-44	4
3	27-39	21-36	3
4	17-26	13-20	2
5	X<16	X < 12	1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor}}{\text{Total skor}} \times 100$$

#### b. Penilaian teknik *passing* bawah

Penilaian teknik *passing* bawah dilakukan dengan mengamati tahap-tahap *passing* bawah yaitu tahap-tahap persiapan, tahap pelaksanaan gerak dan tahap gerak lanjutan. Penilaian tersebut diambil dari pengamatan pada saat siswa melakukan tes *passing* bawah selama 60 detik.

Berikut adalah instrumen yang dipakai untuk menilai teknik *passing* bawah bagi siswa.

**Tabel 3.2 Lembar penilaian teknik**

#### *passing* bawah

NO	Teknik <i>Passing</i> Bawah	Skor				
		1	2	3	4	5
1	Persiapan					
2	Pelaksanaan Gerak					
3	Gerak Lanjutan					

<b>Jumlah skor</b>					
--------------------	--	--	--	--	--

Keterangan :

berilah tanda (v) pada setiap kualitas jawaban Skor 1-5 jika memenuhi, beberapa diantara masing-masing teknik *passing* bawah yang telah ditentukan . Skor 1 diperoleh apabila siswa sudah melakukan salah satu teknik dengan baik, skor 2 diperoleh apabila siswa sudah melakukan dua diantara beberapa teknik yang ada dengan baik, skor 3 diperoleh apabila siswa sudah melakukan 3 diantara beberapa teknik yang ada dengan baik, skor 4 diperoleh apabila siswa sudah melakukan 4 diantara beberapa teknik yang ada dengan baik, skor 5 diperoleh apabila siswa sudah melakukan semua (lima) teknik yang ada dengan baik.

Teknik- teknik *passing* bawah tersebut adalah sebagai berikut:

### 1) Persiapan

- Bentuk landasan dengan lengan
- Sikut terkunci
- Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah
- Kaki dalam posisi meregang selebar bahu
- Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh

### 2) Pelaksanaan Gerak

- Terima bola pada landasan di depan badan
- Kaki sedikit diundurkan
- Berat badan dialihkan ke depan
- Pukul bola jauh dari badan
- Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku

### 3) Gerakan Lanjutan

- Jari tangan tetap digenggam
- Siku tetap terkunci
- Landasan mengikuti bola ke sasaran
- Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- Perhatikan bola bergerak ke sasaran

$$Nilai = \frac{Jumlah\ skor}{Total\ skor} \times 100$$

### c. Analisis hasil belajar siswa

- Rumus nilai akhir *passing* bawah siswa

*Nilai Akhir*

$$= \frac{\text{Tes 60 detik} + \text{teknik passing bawah}}{2}$$

- Persentase penguasaan kegiatan secara klasikal yang sebagai berikut

*Ketuntasan Klasikal*

$$= \frac{\text{jumlah subjek berhasil}}{\text{jumlah subjek keseluruhan}} \times 100$$

### C. Indikator Keberhasilan Tindakan

Indikator keberhasilan tindakan yang dilihat pada perubahan siswa dalam mengikuti

pembelajaran (*passing* bawah), siswa terlihat antusias senang dan tidak bosan dalam mengikuti pembelajaran, adanya rasa senang dalam diri siswa dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Ditandai dengan adanya peningkatan tingkat keterampilan *passing* bawah pada bolavoli, dengan menggunakan permainan *4 on 4*. Yang bisa dilihat pada peningkatan nilai siswa yang memperoleh standar Ketuntasan Kriteria Minimum 73 dengan presentase 70% dari 31 anak.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di kelas X SMA Negeri 2 Camba di Kabupaten Maros. Subyek penelitian pada penelitian tindakan kelas ini adalah siswa yang duduk di bangku kelas X IS 2 yang berjumlah 31 siswa di SMA Negeri 2 Camba di Kabupaten Maros. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas tentang Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan *4 On 4* Untuk Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba di Kabupaten Maros, khususnya keterampilan dalam *passing* bawah. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dilaksanakan dalam dua siklus. Hasil penelitian

pada tiap-tiap siklus dideskripsikan sebagai berikut.

### 1. Siklus I

#### a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini peneliti melaksanakan hal-hal sebagai berikut.

#### 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran atau RPP disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi tentang rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi yang akan disampaikan oleh guru yaitu materi tentang teknik dasar *passing* bawah. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan ber<sup>38</sup> digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah siswa melalui permainan *4 on 4*.

#### 2) Menyediakan Media Pembelajaran

Peneliti mempersiapkan media gambar gerakan teknik dasar dan peralatan serta perlengkapan pembelajaran. Media ini digunakan sebagai sarana pokok dalam melaksanakan pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui permainan *4 on 4*.



3) Menyiapkan Daftar Skala Penilaian Keterampilan Gerak Siswa Lembar penilaian keterampilan gerak siswa disusun oleh peneliti berkolaborasi dengan guru disesuaikan dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan. Pemberian daftar penilaian keterampilan gerak pada setiap akhir siklus yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bolavoli.

**b. Tindakan (*Action*)**

Pelaksanaan tindakan siklus I dalam penelitian ini yang dideskripsikan sebagai berikut.

a) Kegiatan Awal Setelah siswa mempersiapkan diri di lapangan. Guru selanjutnya mengkondisikan siswa untuk menerima pelajaran kemudian melakukan apersepsi dengan mendeskripsikan teknik dasar *passing* bawah dan menjelaskan dengan menggunakan contoh gerakan. Setelah melakukan apersepsi dan tanya jawab, guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai siswa yaitu melakukan kegiatan *passing* bawah. Guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran yang akan dilakukan siswa yaitu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan

pendekatan bermain. Kemudian guru memberikan materi pemanasan dengan permainan nelayan menjaring ikan.

**b) Kegiatan Inti**

(1) Mengamati Siswa di minta mengamati gambar teknik *passing* bawah (saat perkenaan dengan bola, posisi tangan, posisi kaki) dan menunjuk salah satu siswa untuk mempraktikan dan siswa yang lain mengamati sebagai sumber belajar.

(2) Menanya Guru menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *passing* bawah dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *passing* bawah.

(3) Menalar Siswa mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan. Siswa berfikir bagaimana cara agar dia dapat melakukan *passing* bawah dalam bermain bola voli.

(4) Mencoba Setiap tim terdiri dari 4 orang pemain melakukan permainan *4 on 4* dengan mengutamakan teknik *passing* bawah sebagai teknik wajib yang digunakan.

(5) Mengkomunikasikan Setelah permainan selesai siswa melakukan test *passing* bawah ( disetiap akhir siklus ), test *passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk

mengetahui berapa kali bola dapat *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* mulai dari tahap persiapan, gerak dan gerak lanjutan, hal tersebut untuk mengetahui apakah peningkatan kemampuan voli *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan permainan *4 on 4*.

#### c) Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir guru memberikan kegiatan pendinginan. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

#### c. Observasi

##### 1) Pertemuan Pertama

Tahap observasi dilakukan dengan 1 kolaborator, dimana kolaborator tersebut kompeten pendidikan jasmani. Kolaborator tersebut adalah Prof.Dr.Hj.Hasmyati,M.Kes. Hasil dari observasi yang dilakukan oleh kolaborator terhadap proses pembelajaran berjalan cukup baik. Hal tersebut dapat dilihat dari langkah-langkah guru sesuai dengan prosedur pada saat pembelajaran, dan pembelajaran berjalan dengan rencana yang diterapkan. Hasil observasi menunjukkan guru

dalam memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar, pemanasan meliputi gerakan statis dan dinamis yang dilakukan urut dan penggunaan media sudah baik dan kreatif sehingga dapat diterapkan dan membantu memperlancar proses pembelajaran. Metode yang dilakukan guru adalah demonstrasi, komando, ceramah, jadi siswa menjadi lebih paham dan terkendali.

##### 2) Pertemuan Kedua

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh kolaborator pada pertemuan kedua, jalannya proses pembelajaran sudah mengalami peningkatan dibandingkan dengan pertemuan pertama. Peningkatan tersebut terjadi pada guru dan siswa.

Dilihat dari segi guru pelaksanaan pembelajaran berjalan cukup baik, ada beberapa aspek dari hasil observasi yang meningkat, aspek tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: guru dapat mengkondisikan siswa dengan formasi yang tepat, saat membariskan siswa posisi membelakangi matahari dan urut ketinggian. Dalam menyampaikan perintah secara tegas dan jelas, menggunakan bahasa yang mudah dipahami. Guru memberikan motivasi kepada siswa, khususnya ketika siswa mulai kurang semangat dalam melakukan gerakan atau

permainan. Guru juga memberikan pujian ketika siswa melakukan gerakan dengan benar ataupun memenangkan permainan yang dilaksanakan. Guru sudah memberikan evaluasi kepada siswa baik secara individual maupun kelompok. Pada saat ada siswa yang melakukan kesalahan, maka sejenak guru menghentikan proses pembelajaran dan mengevaluasi kesalahan siswa, serta memberikan contoh dan solusi yang seharusnya dilakukan.

Evaluasi pembelajaran secara keseluruhan diberikan diakhir pembelajaran dan ditentukan dengan memberikan kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan siswa dan guru, peneliti akan memaparkan hasil belajar siswa berupa tingkat keterampilan *passing* bawah.

Tabel 4.1. Analisis Keterampilan *Passing*

Bawah Siklus I

N o	S ko r	Freku ensi	Persen tase (%)	Ketera ngan
1	73	8	25,81	Tuntas
.	≤ X			

2	X	23	74,19	Belum
.	<			Tuntas
	73			

Berdasarkan hasil siklus I tersebut, 8 siswa atau 25,81% siswa tuntas belajar dan 23 siswa atau 74,19% belum tuntas belajar.

#### d. Refleksi (*Reflecting*)

Kegiatan refleksi ini dimaksudkan sebagai bahan masukan pada perencanaan siklus selanjutnya. Refleksi pada siklus I dilakukan oleh peneliti. Tujuan dari kegiatan refleksi ini adalah untuk membahas hal-hal apa saja yang menjadi hambatan pada pelaksanaan siklus I. Hal ini dikarenakan pada siklus I masih belum mencapai tingkat ketuntasan secara klasikal dengan ketuntasan minimal sebesar 70% atau 22 siswa tuntas. Akan tetapi, pada siklus I baru diperoleh 8 siswa tuntas belajar sehingga harus dilanjutkan ke siklus selanjutnya.

Adapun hasil refleksi yang diperoleh pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.2. Refleksi siklus I dan rencana perbaikan di siklus II**

Refleksi Siklus I	Rencana Perbaikan Siklus II
-------------------	--------------------------------

Masih banyak siswa yang salah dalam melakukan gerakan teknik dasar passing bawah.	Perlu adanya penjelasan yang lebih mendalam dengan mengarahkan ke gerakan yang benar.
Kesempatan bermain 4 on 4 kurang leluasa.	Menambah waktu untuk permainan.
Kurangnya partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran.	Menumbuhkan motivasi belajar siswa dengan memberikan permainan pemanasan yang menarik.

## 2. Siklus II

### a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini peneliti melaksanakan hal-hal sebagai berikut.

- 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran atau RPP disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi tentang rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi

yang akan disampaikan oleh guru yaitu materi tentang teknik dasar *passing* bawah. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah siswa melalui permainan *4 on 4*.

- 2) Menyediakan Media Pembelajaran Peneliti mempersiapkan media gambar gerakan teknik dasar dan peralatan serta perlengkapan pembelajaran. Media ini digunakan sebagai sarana pokok dalam melaksanakan pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui permainan *4 on 4*.
- 3) Menyiapkan Daftar Skala Penilaian Keterampilan Gerak Siswa Lembar penilaian keterampilan gerak siswa disusun oleh peneliti berkolaborasi dengan guru disesuaikan dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan. Pemberian daftar penilaian keterampilan gerak pada setiap akhir siklus yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bola voli.

### b. Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan siklus I dalam penelitian ini yang dideskripsikan sebagai berikut:

a) Kegiatan Awal

Setelah siswa mempersiapkan diri di lapangan. Guru selanjutnya mengkondisikan siswa untuk menerima pelajaran kemudian melakukan apersepsi dengan mendeskripsikan teknik dasar *passing* bawah dan menjelaskan dengan menggunakan gambar. Setelah melakukan apersepsi dan tanya jawab, guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai siswa yaitu melakukan kegiatan *passing* bawah. Guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran yang akan dilakukan siswa yaitu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain. Kemudian guru memberikan materi pemanasan dengan permainan nelayan menjaring ikan yang dikembangkan.

b) Kegiatan Inti

1) Mengamati Siswa di minta mengamati gambar teknik *passing* bawah ( saat perkenaan dengan bola, posisi tangan, posisi kaki ) dan menunjuk salah satu

siswa untuk mempratikan dan siswa yang lain mengamati sebagai sumber belajar. Selain itu, guru memberikan contoh secara konkrit dan mengambil sampel dari siswa yang sudah bisa dan siswa yang belum bisa sehingga siswa mengetahui kekurangannya dan teknik *passing* bawah yang benar.

2) Menanya Guru

Menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *passing* bawah dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *passing* bawah.

3) Menalar Siswa

Mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan. Siswa berfikir bagaimana cara agar dia dapat melakukan *passing* bawah dalam bermain bolavoli.

4) Mencoba Setiap tim terdiri dari 4 orang pemain melakukan permainan *4 on 4* dengan mengutamakan teknik *passing* bawah sebagai teknik wajib yang digunakan.

5) Mengkomunikasikan Setelah permainan selesai siswa melakukan test *passing* bawah ( disetiap akhir siklus ), test

*passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* mulai dari tahap persiapan, gerak dan gerak lanjutan, hal tersebut untuk mengetahui apakah peningkatan kemampuan voli *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan permainan *4 on 4*.

- b) Kegiatan Akhir Pada kegiatan akhir guru memberikan kegiatan pendinginan.

Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

### c. Observasi

#### 1) Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama pada siklus kedua merupakan lanjutan dari proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada siklus pertama. Kolaborator dalam pertemuan pertama melakukan observasi terhadap apa yang disampaikan dan diperintahkan oleh guru siswa sudah tidak bingung lagi seperti pertemuan sebelumnya. Permainan yang dilakukan

oleh guru adalah permainan *4 on 4* bolavoli dari segi ukuran dan lapangannya. Dalam menggunakan alat pembelajaran sudah secara efektif dan cukup baik dilakukan oleh siswa. Siswa dalam melakukan *passing* bawah sudah bersungguh-sungguh mengalami penurunan dari pertemuan yang sebelumnya sudah baik, pada pertemuan ini menjadi cukup baik. Hal ini karena siswa dibariskan dalam bentuk melingkar. Selebihnya pada pertemuan pertama siklus kedua disetiap aspek dikatakan pelaksanaan sudah berjalan cukup baik.

#### 2) Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua pada siklus kedua merupakan lanjutan proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada pertemuan sebelumnya. Kolaborator dalam pertemuan kedua ini melakukan observasi terhadap guru dan siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hasil observasi pembelajaran penjas pada pertemuan kedua di siklus kedua mengalami sedikit peningkatan, dilihat dari segi guru pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik. Hal ini ditunjukkan dari aspek-aspek yang diamati melalui lembar pengamatan,

beberapa diantaranya yaitu guru dalam memberikan pemanasan sesuai materi ajar, pemanasan dilakukan secara tepat dengan gerakan statis dan dinamis. Guru dalam menyampaikan penjelasan sudah secara jelas dan tegas. Dalam penggunaan waktu sudah secara efektif dan tepat, setelah pembelajaran selesai masih ada waktu yang cukup untuk untuk siswa beristirahat dan ganti baju.

Untuk secara keseluruhan pembelajaran pada pertemuan kedua ini sebagian besar aspek-aspek yang diamati sudah memperoleh kriteria yang sangat baik. Hasil observasi yang dilakukan dari segi siswa pelaksanaan pembelajaran berjalan baik, dengan menunjukan beberapa kemajuan.

Di awal saat proses pembelajaran akan dimulai siswa dapat berkerjasama dengan siswa yang lain dalam menyiapkan peralatan pembelajaran dengan sangat baik karena terlihat lebih kompak seperti membawa net, bola dan alat media pembelajaran, terlihat dari siswa yang lebih semangat dalam melakukan perintah guru dan saat melakukan permainan. Siswa dapat menggunakan alat

pembelajaran secara efektif dengan sangat baik dan siswa sudah melakukan pendinginan dengan bersungguh-sungguh dan sangat baik. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan siswa dan guru, peneliti akan memaparkan hasil belajar siswa berupa tingkat keterampilan *passing* bawah.

**Tabel 4.3 Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Siklus II**

N o	Sko r	Frekuensi	Persentase (%)	Keterangan
1.	$73 \leq X$	22	70,97	Tuntas
2.	$X < 73$	9	29,03	Belum Tuntas

Berdasarkan hasil siklus II tersebut, 22 siswa atau 70,97 siswa tuntas belajar dan 2 siswa atau 29,03% belum tuntas belajar.

Hasil dari indikator tersebut maka dibandingkan berdasarkan pada kategori keberhasilan yaitu 70% pada tingkat ketuntasan. Adapun perbandingannya sebagai berikut:

**Tabel 4.4 Perbandingan tingkat ketuntasan pada siklus I dan siklus II**

SIKLUS	TUNTAS	BELUM TUNTAS
Siklus I	8	23
Siklus II	22	9

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siklus II mengalami peningkatan dibandingkan dari siklus I pada ketuntasan belajar siswa. Perbandingan ketuntasan belajar pada siklus I dan Siklus II diperjelas pada diagram batang sebagai berikut. Berdasarkan table di atas dapat diketahui bahwa siklus II sebanyak 22 siswa atau 70,97% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I 8 siswa atau 25,81%, dan siklus II sebanyak 9 siswa atau 29,03% belum tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I, 23 siswa atau 74,19%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu 70% siswa mempunyai ketuntasan belajar minimal pada kategori tuntas belajar, sehingga tidak perlu adanya tindakan lanjut pada siklus selanjutnya.

Selain data di atas, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros ini juga diperoleh data observasi siswa terhadap pembelajaran yang telah dilakukan selama dua siklus. Di mana secara keseluruhan pembelajaran bolavoli materi teknik dasar *passing* bawah melalui permainan *4 on 4* telah berjalan dengan sangat baik. Kegiatan pembelajaran dapat dinilai baik dari awal pembelajaran sampai dengan akhir pembelajaran.

Siswa dapat bekerjasama dengan baik dengan teman lain untuk menyiapkan peralatan pembelajaran. Selain itu siswa dapat aktif, antusias dan bekerjasama antar teman dari pemanasan sampai permainan dilakukan dalam pembelajaran. Kelebihan ini juga diperlihatkan pada guru di mana guru mampu memberikan kesempatan pada siswa untuk melakukan pertanyaan tentang apa yang dianggap sulit sehingga siswa dapat mudah untuk memahami pembelajaran yang di sampaikan.

#### **d. Refleksi (*Reflecting*)**

Kegiatan refleksi ini dimaksudkan sebagai bahan masukan pada perencanaan siklus selanjutnya atau pembelajaran selanjutnya. Dari hasil pembelajaran siklus II ini telah dirasa cukup berhasil dikarenakan siswa telah mencapai ketuntasan belajar sebesar 70,79%. Sebuah pembelajaran akan berjalan dengan lancar dan maksimal apabila tersedia sarana dan prasarana yang memadai dan materi ajar juga harus dikemas dan disampaikan dengan baik sehingga siswa dapat menemui kesulitan dan dapat memecahkan kesulitan tersebut melalui bimbingan dari guru. Sehingga perlu adanya pola interaksi yang baik antara siswa, guru dan sekolah. Di mana tersediannya sarana dan pengemasan pembelajaran yang menarik akan mampu memberikan hal positif



bagi siswa. siswa tuntas belajar, dan 23 siswa belum tuntas

## **B. Pembahasan**

Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa tingkat keterampilan gerak siswa yang diperoleh melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan materi *passing* bawah dalam bolavoli melalui permainan *4 on 4*. Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan modifikasi permainan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bola voli siswa XI SMA Negeri 2 Camba.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah melalui permainan *4 on 4* diperoleh Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 8

belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 22 siswa tuntas belajar dan 9 siswa belum tuntas belajar.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan keterampilan gerak siswa. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru masih menerapkan pola pembelajaran yang kurang disukai oleh siswa. Di mana hanya dengan memberikan pembelajaran yang mengajarkan teknik dasar dengan metode *driil* atau mungkin langsung pada permainan aslinya. Dengan keadaan ini membuat permainan bolavoli tidak dapat berjalan dengan baik dikarenakan siswa tidak memiliki kemampuan teknik dasar yang baik.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan permainan yang dimodifikasi untuk memberikan

kesempatan siswa berkembang dengan tahap-tahap sesuai dengan kemampuannya akan memberikan kontribusi yang positif. Hal ini dikarenakan keterampilan teknik dasar memiliki ketentuan tertentu agar dapat melakukan keterampilan yang baik. Secara khusus keterampilan *passing* bawah bolavoli harus dikuasai dengan baik dengan kriteria hasil *passing* yang baik agar mudah diterima oleh toser.

Selain itu, dalam kegiatan belajar mengajar harus diciptakan suasana yang baik agar guru dapat menyampaikan materi dengan mudah diterima oleh siswa. Selain agar mudah diterima oleh siswa guru harus mampu memberikan penyampaian materi dengan tahapan yang mudah disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa. Hal ini dikarenakan setiap siswa memiliki karakter dan tingkat keterampilan yang berbeda-beda sehingga harus mampu memberikan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan secara klasikal. Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya siswa dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut. Disamping itu, lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas

sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh kelengkapan sarana yang dimiliki.

Secara khusus pemberian modifikasi permainan *4 on 4* dalam materi *passing* bawah bolavoli akan memberikan kesempatan siswa untuk mampu bermain dengan tahap-tahap tingkat keterampilan yang dimiliki dan didukung dengan faktor kebersamaan sesama teman. Dengan adanya permainan akan membantu siswa untuk berkerja sama dalam permainan sehingga siswa yang masih belum memiliki keterampilan yang baik dibantu oleh teman satu timnya untuk bermain dengan baik. Permainan ini akan membantu siswa secara teknik dan psikis siswa. Pembelajaran yang senang dan kerjasama yang baik akan mengubah situasi yang menjenuhkan ke situasi yang menyenangkan sehingga siswa akan semakin semangat dalam pembelajaran. Proses pembelajaran melalui permainan *4 on 4* ini membuat siswa memiliki kemampuan bermain yang baik. Karakteristik permainan bolavoli adalah permainan yang

mengutamakan kerjasama agar mudah dalam mencetak poin.

Permainan bolavoli diawali dengan *servis*, *passing* dan diakhiri dengan *smash* dan *blocking*. Hal ini menunjukkan bahwa *passing* bawah sangat dibutuhkan untuk mampu menerima *servis* dari lawan yang bertujuan untuk mempertahankan permainan dan memberi umpan ke toser agar mudah memberikan umpan kepada smasher. Dengan memiliki keterampilan teknik dasar *passing* bawah yang akan memudahkan siswa untuk menghidupkan permainan. Di mana dewasa ini teknik *servis* digunakan sebagai teknik menyerang yang pertama dan dilakukan sebaik mungkin agar dapat mencetak poin secepat mungkin. Sehingga dengan menguasai teknik *passing* bawah yang baik akan mudah dalam menerima *servis*.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Menggunakan Permainan *4 On 4* Untuk Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba di Kabupaten Maros mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 8 siswa (25,81%)

tuntas belajar, dan 23 siswa atau 74,19% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 22 siswa (70,97%) tuntas belajar dan 9 siswa atau 29,03% belum tuntas belajar.

### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan *4 On 4* Untuk Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang sekiranya dapat dijadikan masukan/ pertimbangan:

1. Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh siswa agar peningkatan hasil belajar siswa dapat dimaksimalkan.
2. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

Adang Suherman 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.

Amung Ma'mun dan Yudha. (2000). *Perkembangan Gerrak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.

Arif Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud.

Barbara L Viera dan Bonie Robinson. (1997) *Bolavoli Bimbingan, Petunjuk Dan Teknik Bermain*. Semarang: Dahara Prize Semarang.

Cox Riarg H (1980). *Teaching volley ball*. Burges publishing company: America

Depdiknas. 1999. *Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli Usia 15-17 tahun*. Jakarta : Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.

Fuaad Ihsan. 2008. *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Machfud Irsyada. 2000. *Bolavoli*. Jakarta: Depdiknas.

Masnur Muslich. 2009. *Melaksanakan PTK itu mudah*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

M. Yunus. (1992). *Olahrga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud.

Nuril ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.

Saifudin Azwar. (1997). *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.

Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud.

Sugiyanto, dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.

Suhadi. (2004). *Pengaruh pembelajaran Bolavoli*. Dedikbud.

Suharno HP. (1979). *Dasar-Dasar Permainan Bola Volley*. Kaliwangi: Yogyakarta.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD*. Jakarta: Depdikbud. Sutomo, dkk. 2007. *Manajemen Sekolah*. Semarang: UPT MKK Universitas Negeri Semarang.